학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

전북인공지능고등학교 (조식)

주간 학교급식 영양량	04월 21일(월)	04월 22일(화)	04월 23일(수)	04월 24일(목)	04월 25일(금)
	·찹쌀밥 ·쇠고기무국(16) ·닭갈비 (5.6.13.15) ·싸먹는오리슬라이스 ·배추김치(9) ·사과쨈쿠키 (1.2.5.6)	·찹쌀밥 ·맑은콩나물국(5) ·깍두기(9) ·도시락김 ·갈비김치찜 (5.6.9.10.13) ·너비아니*머스타드(1.2.5.6.10.16)	·마파두부 (5.6.10.12.13.18) ·찹쌀밥 ·아욱된장국(5.6) ·참나물된장무침 (5.6) ·배추김치(9) ·훈제오리머스타드무침(1.2.5.6)	·찹쌀밥 ·모듬부대찌개 (1.2.5.6.9.10.15.16) ·양념물만두 (1.5.6.10.13.16.18) ·간장불고기 (10.13) ·깍두기(9) ·꿀토마토(12)	·쇠고기야채죽 (5.6.16) ·어묵볶음(1.5.6) ·참치김치볶음 (5.9) ·씨리얼/우유 (2.5.6) ·어니언베이글*크림치즈*딸기잼 (1.2.5.6.13) ·숯불바베큐바데리야끼조림 (5.6.10.13)

식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
1) 쌀/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
2) 배추/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
3) 고춧가루/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
4) 콩/가공품	국내산/판두부:국내산/ 연두부 순두부:외국산	국내산/판두부:국내산/ 연두부 순두부:외국산	국내산/판두부:국내산/ 연두부 순두부:외국산	국내산/판두부:국내산/ 연두부 순두부:외국산	국내산/판두부:국내산/ 연두부 순두부:외국산
낙지/가공품	베트남	베트남	베트남	베트남	베트남
명태/가공품	러시아	러시아	러시아	러시아	러시아
고등어/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
갈치/가공품	세네갈	세네갈	세네갈	세네갈	세네갈
오징어/가공품	국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산	국내산/외국산
꽃게/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
참조기/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
다랑어/가공품	원양산	원양산	원양산	원양산	원양산
아귀/가공품	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
주꾸미/가공품	베트남	베트남	베트남	베트남	베트남

영양소	평균 필요량	권장 섭취량	주평균 섭취량	영양량	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	778.45	778.45	4.5	868.5	700.7	775.1	755.4	969.2
탄수화물(g)			55.0	98.2	90.7	83.0	109.9	166.7
단백질(g)	19.66	19.66	16.2	41.7	25.7	30.3	35.4	28.2
지방(g)			28.9	32.6	23.8	33.3	18.2	20.2
비타민A(㎍ RAE)	175.32	244.23	212.6	146.5	111.3	121.6	74.0	609.8
티아민(mg)	0.32	0.39	1.0	0.6	0.6	0.6	2.0	1.2
리보플라빈(mg)	0.39	0.47	0.6	0.4	0.3	0.8	0.5	1.0
비타민C(mg)	24.53	31.39	19.7	24.8	4.2	12.3	23.2	33.8
칼슘(mg)	247.23	301.30	187.8	68.7	61.2	145.2	90.3	574.0
철분(mg)	3.72	4.81	3.5	1.7	1.5	3.7	4.9	5.6

* 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)
* 1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산
* 주 평균 섭취량은 월요일부터 금요일까지의 영양량의 평균입니다.

* 식재료 원산지
  1) 쌀: 밥, 죽, 누룽지에 사용하는 쌀/쌀가공품(쌀에는 찹쌀, 현미, 흑미 및 찐쌀을 포함)
  2) 배추: 배추김치, 겉절이, 백김치, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에사용하는 배추/얼갈이배추/봄동배추
  3) 고춧가루: 배추김치, 겉절이, 보쌈김치, 배추김치가공품 등에 사용하는 고춧가루
  4) 콩/콩가공품: 두부류, 콩비지, 콩국수에 사용하는 콩/콩가공품
  5) 명태: 황태, 북어 등 건조한 것은 제외
  ※ 2023.7.1.부터 25~29번 추가(「원산지표시법 시행령」제3조)

* 알레르기 정보

01.난류, 02.우유, 03.메밀, 04.땅콩, 05.대두, 06.밀, 07.고등어, 08.게, 09.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산류, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 19.잣